मद्यत्यागाविषयीं[illegible] विचार.

हा

निबंध

हरिश्चंद्र नारायणराव नवलकर.

यांनीं

पुण्यांतील वसंतव्याख्यानमालेंत वाचला.

द्वितीयावृत्ति.

कोल्हापूर येथें

विजयी मराठा छापखान्यांत छापिला

सन १९११

किंमत तीन आणे.

मद्यत्यागाविषयींशास्त्रीय विचार.

हा

निबंध

हरिश्चंद्र नारायणराव नवलकर.

यांनीं

पुण्यांतील वसंतव्याख्यानमालेंत वाचला.

द्वितीयावृत्ति.

कोल्हापूर येथें

विजयी मराठा छापखान्यांत छापिला

सन १९११

किंमत तीन आणे.

This Essay,

Entitled " **A Scientific View of Temperance,**"

Is Most Respectfully Inscribed

To **Dr. Harold H. Mann,**

Principal of the Agricultural College, Poona,

Who is an Able and Energetic Advocate of

Temperance and a Genuine Friend

of my Country and People.

डाक्टर हॅरोल्ड. एच. मॅन साहेब

प्रिन्सिपाल ॲग्रिकलचरल कॉलेज, पुणे.

जे

आपल्या सुस्वभावानें आणि परोपकारकृतीनें लोकादरास पात्र झाले आहेत.

आणि

जे

मद्यपाननिषेधार्थ आस्थापूर्वक परिश्रम करित आहेत.

आणखी

जे

आमच्या देशावर आणि आमच्या लोकांवर प्रेम करित आहेत त्यामुळें

ते येथील लोक प्रीतीस पात्र झाले आहेत.

त्यांस

ह्या त्यांच्या अनेक गुणांच्या योगानें उत्पन्न झालेल्या परम पूज्य बुद्धिनें

हें लहानसें पुस्तक त्यांची आज्ञा घेऊन मोठ्या नम्रतेनें अतिआदरानें

आणि अत्यंत कृतज्ञ बुद्धिनें अर्पण केलें आहे.

भाषांतर कर्ता.

औ | १०८

अभिप्राय.

---*---

हा निबंध रा० हरिश्चंद्र नारायणराव नवलकर यांनीं पुण्यांतील वसंतोत्सवव्याख्यानमालेंत एके दिवशीं वाचला, त्यादिवशीं मी अध्यक्षस्थानीं होतों. हा निबंध आह्मांस फार आवडला. यांत जें प्रतिपादन आहे तें फार योग्य रीतीनें केलें आहे- याची भाषा सुंदर व माहिती फार शोध करून मिळविली आहे. हा निबंध छापून सर्वांचे हातीं पडल्यास फार उपकार होतील.

गोपाळराव हरि देशमुख.

हा निबंध चालू वर्षी हिराबागेंत जी व्याख्यानें झालीं त्यांत वाचला, यांतील शास्त्रीयविषयांची जुळणी व माहिती उपयुक्त आहे. असें मीं निबंध वाचलेला ऐकला त्या वेळीं मला वाटलें. निबंधातील माहिती संग्रहीं ठेवण्यासारखी आहे..

महादेव गोविंद रानडे.

आपला ' मद्यत्यागाविषयीं शास्त्रीयविचार ' हा निबंध मी पुन्हा वाचून पाहिला. यांतील माहिती सप्रमाण असून त्यावरून केवळ शास्त्रीय रीत्याच मद्यपान किती अपायकारक आहे, याबद्दल कोणाचीही खात्री होईल. आपल्या निबंधांतील विचार व माहिती आपण लहानशा पुस्तक रूपानें सर्वांस सुलभ करावीं ह्मणजे त्याची उपयुक्तता जास्त वाढेल.

बाळ गंगाधर टिळक.

दोन शब्द

मद्यत्यागाविषयीं शास्त्रीय विचार हा निबंध मुंबईंतील उइलसनकॉलेजांतील प्रोफेसर डाक्टर अलेक्झान्डर साहेब यांच्या इंग्रजी व्याख्यानाच्या आधारें मराठींत तयार केला आहे. अलिकडे सुशिक्षित लोकांमध्यें मद्यपानाचा प्रघात विशेष वाढत चालला आहे; अशा प्रसंगीं मद्यपानाच्या व्यसनापासून किती भयंकर व अपायकारक परिणाम होत आहेत याचे शास्त्रीयरीतीनें विवेचन केलेलें वाचून सुशिक्षितांच्या मनांवर योग्य संस्कार घडल्यास माझ्या अल्पश्रमाचें साफल्य झालें, असें मी समजेन. हा माझा हेतु परमेश्वर परिपूर्ण करो.

धर्मविचार मासिकाचे संपादक कविभूषण श्रीयुत एकनाथपंत रेंदाळकर यांनीं हा निबंध आपल्या धर्मविचारांत प्रसिद्ध केला आणि तो पुन्हा स्वतंत्र पुस्तकरूपानें छापून काढण्यास परवानगी दिली याबद्दल मी त्यांचे उपकार मानतों.

विजयी मराठा ऑफीस **हरिश्चंद्र नारायणराव नवलकर.**

कोल्हापूर;

ता० २५ जून १९११

मद्यत्यागाविषयीं शास्त्रीय विचार.

" हा बेसुमार दारू पिण्याचा जो प्रघात आमच्या लोकांत पडूं लागला आहे, त्यानें दुसऱ्या राष्ट्रांत आमची नाचक्की मात्र होत आहे. तीं आम्हांला दारूबाज असें ह्मणतात, आणि आमच्या मोठेपणाला न शोभणारीं अशीं नांवें ठेवितात. आणि खरोखरच आजपर्यंत मोठमोठे पराक्रम करून आमच्या पूर्वजांनीं संपादिलेलें जें निष्कलंक यश, त्याला हे बेशरम लोक आपल्या दुर्गुणांनीं कालिमा आणित आहेत. असें नाहीं का बारवार होत कीं, एकाद्या मनुष्याला जन्मापासून कांहीं वाईट खोड असल्यामुळें किंवा कळूं लागल्यावर दुसऱ्याच्या संगतीनें तो वाईट नादास लागल्यामुळें त्याच्या चांगल्या गुणावर सपशेल पाणी पडून तो अगदीं कवडीच्या मोलाचा होतो? दुर्दैवानें कोण केव्हां व्यसनांच्या फेऱ्यांत सांपडेल हें सांगतां येत नाहीं. पण त्याची एकदां छाप बसली कीं, विचारानें कांहीं न चालतां सगळ्या गुणाची माती होते. मनुष्य कितीही सद्गुणी आणि अब्रूचा असला ह्मणून काय झालें? एकदां व्यसनाच्या झपाट्यांत सांपडला, कीं ठार बुडाला ह्मणून समजावें. दारूच्या एका पेल्याचा असा पराक्रम आहे कीं, क्षणांत तो जन्माच्य

ण्यापूर्वी त्याच्या तीन अवस्था होतात. तद्विषयीं थोडक्यांत दिग्-दर्शन करूं.

मद्यार्क तयार करण्याच्या पूर्वीची पहिली अवस्था म्हटली म्हणजे धान्यांतून मद्य काढणें ही होय. धान्यांतून मद्य काढण्याची कृति अशी आहे कीं, प्रथम धान्याचे मोठे मोठे ढीग करून ते भिजत घालतात; पुढें त्यांस मोड फुटण्यास सुरवात होते. धान्यामध्यें जो पेज विशिष्ट पदार्थ असतो त्यांतील साखर किण्व क्रियेनें काढतां येते. धान्याचे मोड अमुक मर्यादेपर्यंत वाढले म्हणजे मोडाची वाढ बंद करितात. मग ते धान्य वाळवून जाड दळून काढतात. आणि त्यांत पाणी घालून त्यांतील सर्व साखर काढून घेतात.

मद्यार्क तयार करण्याच्या दुसऱ्या अवस्थेस विपाक म्हणतात. विपाक करण्याची कृति अशी आहे कीं, शर्करायुक्त द्रव्यामध्यें किण्व म्हणजे खमिर घालतात; त्यामुळें त्यास फेंस येतो. प्रत्येक सूक्ष्म उद्भिजामध्यें सूक्ष्मकोश असतो ; त्याची वाढ पाण्यामध्यें होंते. हा सूक्ष्मकोश शर्करायुक्त द्रव्याचे दोन विभाग करतो. एक मद्यार्क आणि दुसरा कारबॉनिक ॲसिड. किण्व (खमिर) ही सूक्ष्म उद्भिजापासून बनते.

मद्यार्काची तिसरी अवस्था ह्मटली ह्मणजे मद्यार्क हा गाळून काढणें ही होय. मद्यार्कामध्यें पाणी आणि इतर पदार्थ मिसळलेले असतात; ते काढून टाकण्यासाठीं मद्यार्क भट्टीमध्यें घालून त्यास कढ देतात. मद्यार्काची प्रथम जी वाफ बाहेर निघते ती वाफ, आणि त्यांतून जें थोडें पाणी बाहेर येतें तें पाणी, त्याच वेळीं दुसऱ्या भांड्याला नळ्या लावून त्यांत घेतात; या भांड्यामध्यें ती वाफ आणि ते पाणी निवळून थिजवितात.

गहूं, जव, तांदूळ, आणि मका यांमध्यें पुष्कळ पेजाविशिष्ट पदार्थ असतो; यांपासून जें मद्य तयार करतात त्यालाच ही वरील कृति लागू आहे. बटाटे वगैरे पदार्थांमध्येंही पेजाविशिष्ट पदार्थ असतो. त्यापासून व कागद आणि कापूस ह्यापासून देखील मद्य तयार करितात. द्राक्षांमध्यें साखर असते. प्रथम द्राक्षांचा रस काढून आंबवितात, आणि मग त्यांचें मद्य करतात. साखरेच्या गाळापासून रम दारू होते. मधुर फळांच्या रसापासून सायडर नांवाची आणि अशाच प्रकारच्या इतर दारू करतात.

मद्यार्काचे गुणधर्म.

शुद्ध मद्यार्क हा रंग रहित प्रवाही पदार्थ आहे. यांस एक प्रकारचा विलक्षण वास येतो. तो जिभेवर ठेवला असतां जिभेस चरका

असतो. तो जाळला असतां त्यांतून फिकट निळ्या रंगाच्या ज्वाळा निघतात. त्याच्या ज्वालेपासून अत्यंत दाह होतो. आणि त्यापासून पाणी आणि कारबॉनिक ॲसिड होतात. मद्यार्क हा जर हवेमध्यें ठेवला तर तो आक्सिजन वायु शोषून घेतो आणि असिटिक ॲसिडचे (चण-काम्ल] पृथःकरण करतो. त्याला व्हिनीगर (सिरका) ह्मणतात.

पेय मद्यार्कांपैकीं ज्या मद्यामध्यें मद्यार्क असतो त्यामध्यें उत्तेजक तत्वें, मादक द्रव्यें आणि इतर पदार्थ असतात. साधारण रीतीनें मद्यार्कमय पदार्थांचे तीन विभाग करितां येतात. डिस्टिल्ड स्पिरिटस, (अर्क काढलेली दारू) वाईन्स, (द्राक्षरसाची दारू) फरमेन्टेड लिकर्स, (फेंस येणारी दारू.) पहिल्या मद्यामध्यें केवळ मद्यार्क आणि गंधद्रव्यें असतात. दुसऱ्या आणि तिसऱ्या मद्यामध्यें मद्यार्क फारच कमी असतो, कित्येक मद्यामध्यें मद्यार्क किती असतो हें खालील कोष्टकावरून कळून येईल;

ब्रांडी.	३९	पासून	४२	पर्यंत.
व्हिस्की	४५	पासून	५०	पर्यंत.
रम	४०	पासून	५०	पर्यंत.
जीन	४०	पासून	५०	पर्यंत.
पोर्ट	१४	पासून	१७	पर्यंत.

शेरी	....	....	....	१०	पासून	१७	पर्यंत.
शांपेन	....	....	....	१०	पासून	१३	पर्यंत.
बीर	....	....	...	३	पासून	५	पर्यंत.

दोष व भेळ.

मद्यार्कामध्यें पुष्कळ दोष असतात आणि त्यामध्यें पुष्कळ भेळी करतात, त्यांपैकीं कितीएकाचें येथें विवरण करूं. पाण्यासारखा अत्यंत आल्हादायक असा अन्य कोणताही द्रव पदार्थ नाहीं; परंतु मद्य हें शुद्ध व भेळरहित क्वचित् मिळतें. मद्यामध्यें ज्या पदार्थांची भेळ करतात ते पदार्थ मोठे भयंकर आहेत. त्यांपैकीं कित्येकांचीं नांवें सांगतों. व्हीट्रीअल, क्यूप्रीट्रीअल, ऑक्ता पॉरट्रीस, फॉस्फरीक ॲसिड, सोरा, मीठ, चुना, खडू, शुगर ऑफ लेड, तुरटी, हिराकस, मोरचुत, क्रूड, पोव्याटो, स्पिरीट, स्ट्रिक्निया, स्ट्रामोन्युइम काक्युलस इनडिकस, इत्यादि. याशिवाय मद्यांमध्यें दुसरें जलाल विषाचे पदार्थ घालण्यास कमी करीत नाहींत, आणि ते दृष्टोत्पत्तीस आल्यावांचूनही रहात नाहीं. यावरून असें कोणी समजू नये कीं विषकारक पदार्थांची भेळ केल्याशिवाय मद्य मिळत नाहीं. परंतु सांगण्याचा हेतु इतकाच आहे कीं कित्येक मद्य तयार करणारे लोक मद्यामध्यें विषारी पदार्थ घालतात, ही निर्विवाद गोष्ट आहे. आणि

या ह्मणण्यास अनेक वेळां बळकटीही आली आहे. मद्य तयार करणारे लोक मद्यामध्यें विषारी पदार्थ इतक्या चातुर्यानें मिसळतात कीं त्यांची ही लुच्चेगिरी कोणाच्याही लक्षांत येत नाहीं; परंतु रसायनिकरीत्या त्यांची लुच्चेगिरी उघडकीस आल्यावांचून रहात नाहीं. पुष्कळ लोकांची अशी खात्री झाला आहे कीं वाईन ह्मणजे द्राक्षरसापासून तयार केलेल्या मद्यामध्यें द्राक्षरसाचा एक बिंदुही टाकल्यावांचून वाईन दारू तयार करतात. या ह्मणण्याच्या पुष्टीकरणार्थ एक खरोखर घडून आलेलें उदाहरण देतों, त्यावरून आपलीही खात्री होईल.

व्हीन बोर्डो या मद्यामध्यें खालीं लिहिलेले पदार्थ असतात.

आपल नामक फळाचा काढलेला रस	५ ग्यालन्स.
स्पिरिट	२ ग्यालन्स.
पाणी	५ ग्यालन्स.
कातांची भुकटी	२ ग्यालन्स.

अथवा रुची येण्यासाठीं गंधकाचा रस प्रत्येक ग्यालनास दोन थेंब.

१ सर्व मद्यात्मक पेयामध्यें जीं मादक द्रव्यें असतात त्याला आल्कोहॉल (मद्यार्क) ह्मणतात.

२ मद्यार्क कोणत्याही रूपानें घेतला ह्मणजे वाईन, बिर, इत्यादि मद्यप्राशन केलें तथापि त्यापासून व्यावहारिक दृष्ट्या एकसारखेच परिणाम घडून येतात.

३ दारूमध्यें निव्वळ मद्यार्क किती आहे याविषयीं मात्र आपण विचार करावा; परंतु मद्याचे परिमाण किती आहे याचा आपण कधींही विचार करूं नये. एका पाइन्ट बॉटलमध्यें जितकी वाईन दारू राहते तितक्यामध्यें शेंकडा १० मद्यार्क असतो. आणि त्या कार्ट बॉटलमध्यें जितकी दारू आहे त्याच्या एक दशांश अथवा २॥ औंस मद्यार्क आहे.

४ मद्यामध्यें जितक्या प्रमाणानें मद्यार्क असतो त्या मानानें त्याचे परिणाम घडून येतात; परंतु ज्या इतर पदार्थांची भेळ केली असते, त्यां पासून भयंकर परिणाम होतात. अपक्क व्हिसकी दारूमध्यें, फयुझेल ऑईल या नांवाचें एका जातीचें तेल आहे, त्याचें मिश्रण केलें असल्यामुळें, तें मद्य प्राशन केलें असतां, मनुष्य खुळयासारख्या चेष्टा करावयास लागतो. कितीएक बिर दारू करणारे लोक बिरमध्यें काक्युलस इनडिकस हा पदार्थ घालतात, त्यामुळें हें मद्यप्राशन करणाऱ्या मनुष्यास फार कैफ चढतो. शुगर आफ लेड या पदार्थाची चव तुरट असते. हा पदार्थ बिरमध्यें घातला असतां शैत्यजन्य शूल, मनस्वी डोकें दुखणें, आचके येणें, आणि भ्रम होणें इत्यादि विकार होतात. कित्येक वाईन दारवांमध्यें मद्याचा अर्क घातला असल्यामुळें त्या वाईन दारवा अत्यंत औषधोपयोगी आहेत.

५. विशेष मद्यार्कापासून जे परिणाम होतात ते येथें निराळ्या रीतीनें सांगण्याची आवश्यकता नाहीं; कारण वर ज्या गोष्टी सांगितल्या आहत,

त्या साऱ्या मद्यात्मक पेय पदार्थांस लागू आहे. मग त्या मद्यांचीं नांवें कांहींका असेनात.

६. मद्यापासून शरीरावर काय परिणाम होतात, याविषयीं वर जें विवेचन केलें आहे त्यावरून असें दिसून येतें कीं, अशा प्रकारचे परिणाम निरोगी मनुष्यावर देखील घडून आल्यावाचून कदापिही रहात नाहीं. मनुष्य कितीही जरी निरोगी व सशक्त असला तथापि त्यावरही मद्यापासून असले परिणाम घडून आल्याशिवाय रहात नाहींत. हें आपण लक्षांत ठेवलें पाहिजे.

एक परिमित प्रमाणानें दारूचा डोझ (घोट) घेतल्यापासून काय परिणाम होतात.

याविषयीं विचार करण्यास प्रारंभ करण्यापूर्वी एक मोठीच अडचण येऊन ठेपली आहे. ती हीच कीं परिमित डोझ कशास ह्मणावें ? याचा आपणांस कोणत्याही रीतीनें निर्णय करितां येत नाहीं, इतकेंच नाहीं तर यास शास्त्रीय महत्वही देतां नाहीं. याचें कारण उघडच आहे कीं, एका मनुष्याचा परिमित डोझ हा दुसऱ्या मनुष्याला अपरिमित डोझापेक्षांही अधिक होतो. एतदर्थ याचा आपणास शास्त्रीय रीतीनें निर्णय करितां येत नाहीं. वयांत आलेल्या मनुष्यानें चोवीस तासांमध्यें दोन औंस मद्यार्क घेणें ही परिमितपणाची इयत्ता आहे असें डॉक्टर आनेंष्ठींचें ह्मणणें आहे;

आणि वयांत न आलेल्या मनुष्यानें चोवीस तासांमध्यें दीड औंस मद्यार्क घेणें ही परिमितपणाची इयत्ता आहे. परंतु यावरून एक परिमित डोझ ह्यांचा कांहीं निर्णय होत नाहीं. डॉक्टर लोकांच्या मताप्रमाणें पाहिलें असता दीड औंसाचे तीन डोझ केले तर अर्धा औंस म्हणजे एक टेबल स्पूनफुल हा एक डोझ होईल. आतां यावर असा प्रश्न साहजिक उत्पन्न होतो कीं वर सांगितल्याप्रमाणें अर्धा औंस मद्याचा डोझ मारला असतां त्यापासून कांहीं शारीरिक परिणाम घडून येतील काय ? होय, येतील हा अनुभविक गोष्ट आहे. आणखी आपणांस असें कळून येतें, कीं मद्यप्राशनाचे निरनिराळे परिणाम घडून येतात. निरनिराळे कां म्हणून येतात, आणि एकसारखे कां येत नाहींत, याविषयीं विचार करण्यापूर्वी त्यांच्या संबंधीं आणि विशेष लक्षणें हीं आपण विचारामध्यें घेतलीं पाहिजेत.

पचनेंद्रिय समूह.

पचनेंद्रियसमूहाचें थोडक्यांत विवरण करणें इष्ट आहे. जडत्वचेची रचना ही फार नाजूक व मोठी गुंतागुंतीची केली आहे; त्याला चार पडदे असतात; पहिला बाह्य अथवा वपेसंबंधी पडदा; दुसरा मांस तंतु संबंधी पडदा; तिसरा जाळमयत्वाचे संबंधी पडदा; ह्या पडद्याचा अंतस्थ त्वचेस मोठा आधार आहे; आणि चवथा कफादि मलोत्पादक त्वचेसंबंधीं पडदा हा गुळगुळीत, नरम आणि मखमलीसारखा असतो. दुर्बिणी वगैरे यंत्रांत बसविण्याकरितां तमाम

केलेल्या विशेष आकृतीच्या कांचेंतून पाहिलें ह्मणजे आपणास असें दिसून येईल कीं, जठरत्वेचे लहान लहान अंगणाप्रमाणें विभाग केले आहेत. आणि प्रत्येक अंगणाच्या मध्यभागीं एक सूक्ष्म छिद्र असतें. तें बारीक नलिकाकार मांसपिंडाचें लहानसें मुख आहे. प्रत्येक मांसपिंडाभोंवताली अगदीं जवळ जवळ लहान रक्तवाहिन्या असतात, त्या सपाटीवर पसरल्या असतात. ह्याच मांसपिंडांतून जाठररस निघतो हा रस आपल्या पचनशक्तीकरितां पेपसाईन (जठरांतील रस) व हैड्रोक्लारिक आसिड लहान प्रमाणावर अवलंबून असतो.

अन्न कोठ्यामध्यें गेल्यावर मांसमयतंतूच्या तालबद्ध चलनवलनामुळें जाठरक रसाबरोबर मिसळलें जातें. जाठरांतील रस हा अन्नाचे आलबुम्युन्स अवयवभूत पदार्थांवर रासायनिकरीत्या क्रिया घडवितो. आणि त्या क्रियेपासून नवे मिश्र पदार्थ ज्यास पेपटोनिस ह्मणतात ते बनतात. आणि ते शरीरामध्यें सहज रीतीनें मुरले जातात. मद्याचे कोठ्यावर दोन प्रकारचें परिणाम होतात, ते हे कीं, मद्य कोठ्यावर आपली क्रिया चालवितें. रक्तवाहिन्या पसरतात. मांसपिंड पुष्कळ जाठररस वेगळा करतो. मांसतंतु संबंधी चलन क्रिया फार त्वरेनें चालते. त्यापासून पाचनशक्तीस अंशतः मदत होते खरी; परंतु मद्य कारबानिक आसिड आणि विनागरी

यांचें पृथक्करण करतें. जठरांतील रसाचें विरघळणें बंद करितें, त्यामुळें जाठरांतील रस अन्नावर योग्य क्रिया चालविण्याच्या कामीं अगदीं निरुपयोगी होऊन जातो आणि पाचनक्रिया मंद होते. निरोगी स्थितीमध्यें जठरांतील रस वेगळा करण्याची मुळींच जरूर नाहीं. कोठ्यामध्यें ज्या स्वाभाविक क्रिया घडतात त्यांस कृत्रिम उपायानें उत्तेजन दिलें तर त्यांस क्षीणता येते. मद्यानें जठराग्नि प्रज्वलित होतो. क्षुधा फार लागते. परंतु अन्नाचें योग्य रीतीनें पचन होत नाहीं.

रक्ताभिसरण.

मद्य हें रक्ताभिसरणामध्यें लवकर प्रवेश करतें; आणि कोठ्यामध्यें फारच थोडें जातें; कारण मद्यामध्यें पसरण्याची मोठी शक्ति आहे. मद्य हें साऱ्या शरिरामध्यें प्रवेश करितें किंवा त्वचेच्या छिद्रांतून बाहेर पडतें ह्याविषयीं पुष्कळ वर्षें मोठाच वाद चालला होता. डॉक्टर बोखार ड्याट, सनड्रास, आणि ड्युशे यांचें असें मत होतें कीं, मद्याचा साऱ्या शरिरामध्यें फन्ना उडतो. परंतु डॉक्टर ल्यालेमान्ट, पेरिन, आणि ड्युराय यांचें असें मत होतें कीं, मद्याचा शरिरामध्यें मुळींच फन्ना उडत नाहीं. डॉक्टर आनेस्टी यांनीं फार बारीक शोध करून असें सिद्ध केलें आहे कीं, पोटामध्यें जें मद्य जातें तें आपण बाहेर जो श्वास टाकतों त्याच्या द्वारें आणि त्वचेच्या सूक्ष्म छिद्रांच्या द्वारें बाहेर

निघून जातें. परंतु सांप्रत वैद्याशास्त्रज्ञ लोक असें कबूल कारितात कीं, हे अपवाद खेरीजकरून मद्याचा आपल्या शरिरामध्यें फत्ना उडतो.

मद्यपानाच्या योगानें मज्जातंतूच्या व्यवस्थेमध्यें प्रतिक्रिया सुरू होते. आणि मांसमज्जात्मक धातूची त्यावर क्रिया झाली ह्मणजे रक्ताशयाची चलनक्रिया जलद चालते. या संबंधानें डॉक्तर पार्क्स आणि आलोइझ यांनीं मोठे चमत्कारिक प्रयोग केले आहेत. त्यावरून असें दिसून येतें कीं, आठ औंस मद्यार्क प्राशन केला तर रक्ताशायाची क्रिया एक चतुर्थांश औंस अधिक वाढते. आणि चार औंस मद्यार्क प्राशन केला तर रक्ताशयाची क्रिया एक अष्टमांश अधिक वाढते. मनुष्य निरोगी असला ह्मणजे रक्ताशयाची क्रिया स्वयंवह यंत्राच्या द्वारें सुरळीत व सुयंत्र चालते. आपणास रक्ताशयापासून जें कार्य करून घ्यावयाचें आहे, तें कार्य करण्यास जितकी शक्ति पाहिजे तितकी त्यामध्यें असते. परंतु मद्यप्राशनानें रक्ताशयापासून आपणांस अधिक कार्य करून घेण्याचें मुळींच प्रयोजन नसतां वाजवीपेक्षां अधिक कार्य घडून येतें. मद्य शक्तीचा व्यर्थ व्यय करिते इतकेंच नाहीं, तर डॉक्तर पार्क्स यांनीं जे प्रयोग करून पाहिले आहेत त्यावरून असें उघड दिसून येतें कीं, मद्यपानामुळें रक्ताशयास अशक्तता व क्षीणता येते. आणि त्यापासून रक्ताशयास लवकरच क्लेश भोगावे लागतात.

मद्यपानानें रक्ताशयास जी अशक्तता व क्षीणता येते ती इतर उपायानें घालविता येते काय? या प्रश्नाचें उत्तर वैद्यशास्त्र नाहीं असें देतें. चेतनोत्तेजक पदार्थ रक्ताशयानें वाजवीपेक्षां अधिक काम केल्यावर त्याची शक्ति राखून ठेवण्याच्या ऐवजीं उलट त्यावर प्रतिक्रिया चालवितो. आणि मग ती प्रतिक्रिया रक्ताशयाच्या द्वारें शरिरांतील सर्व भागांवर आपला अधिकार चालविते.

शरिरांतील उष्णतेचें मान.

मद्यपान केल्यानें रक्ताशयास उत्तेजन येऊन तें रक्त वाहिन्यांच्या द्वारें शरिरांतील सर्व भागांवर पुष्कळ पसरलें जातें. तें वातावरणांतील हवेमुळें थंड होतें. शरिरांतील वरच्या भागांवर उष्ण रक्ताचा पुष्कळ पुरवठा झाल्यामुळें उष्ण स्पर्श उत्पन्न होतो. मद्यपानानें वाढलेली उष्णता आणि स्वाभाविक उष्णता यांतील भेद आपण लक्षामध्यें ठेवला पाहिजे. परंतु मद्यपानापासून शरिरांत उष्णता अधिक वाढते ही समजुत मिथ्या आहे. असें शरीरसंबंधीं उष्णतामापक यंत्राच्या द्वारें सिद्ध होतें. ही गोष्ट कदाचित् कोणास खरीही वाटणार नाहीं; परंतु ती सत्य आहे. उत्तरध्रुवाकडील पर्यटण करणारे एस्किमो, ग्रीनल्याडर्स, आणि ल्यापल्यान्डर्स वगैरे अत्यंत थंड हवेमध्यें राहणाऱ्या लोकांस मद्य वर्ज केल्यामुळें ती अत्यंत थंड हवा त्यांना फारच चांगली मानवते. रशियन सरकारच्या-

फौजेला जेव्हां थंड प्रदेशामध्यें लढाईस जाण्याचा प्रसंग येतो तेव्हां फौजेवरील वरिष्ठ अम्मलदार लोक शिपायांना मद्य पिण्याची सक्त मनाई करितात. थंड प्रदेशामध्यें देखील मद्यापासून नाशकारक परिणाम घडून येतात याविषयीं मुळींच वाद नाहीं. परंतु समशीतोष्णकटिबंध प्रदेशामध्यें मद्यपानाविषयीं वैद्यशास्त्र काय सांगतें? वैद्यशास्त्र असें सांगतें कीं, समशीतोष्णकटिबंध प्रदेशामध्यें मद्यप्राशन केलें असतां शरिरामध्यें अधिक उष्णता उत्पन्न होते; ह्यामुळें उष्णतेपासून जो त्रास होतो तो मद्यप्राशनानें अधिक होतो. थंड प्रदेशामध्यें मद्यप्राशनापासून शरिरांतील उष्णता लवकर नाहींशी होते. आणि त्यापासून भयंकर परिणाम होतात. उष्णप्रदेशामध्यें मद्यप्राशनापासून अधिक दाह आणि त्रास होतो यावरून असें उघड सिद्ध होतें कीं अतिशय थंड प्रदेशामध्यें किंवा उष्ण प्रदेशामध्यें मद्यपानापासून जितकें दूर राहवेल तितकें उत्तम व हितावह आहे.

मज्जाव्यूह.

मद्य हें मोठें मज्जोत्तेजक आहे अशी पुष्कळ लोकांची समजूत झाली आहे. मज्जातंतूची त्वचा आणि मद्य यांचा अगदीं निकट संबंध आहे. परंतु इतर सर्व मादक पदार्थांप्रमाणें मद्य हें प्रथम मेंदूस उत्तेजन देतें आणि मग उदासीनता आणतें. या संबंधानें साधारण समजूत अशी

झाली आहे कीं मद्यापासून मेंदू संबंधी सर्व लहान मोठ्या क्रियांचा उत्कर्ष होतो. ह्या म्हणण्यामध्यें थोडासा तथ्यांश असल्यामुळें याचा आपणास विचार केला पाहिजे. मानसिक शक्तिसंबंधानें असें सांगतात कीं, मद्यपानापासून भाषणास जोर येतो, विचार लवकर आणि एका मागून एक सुचतात; आणि स्मरणशक्ति तरतरीत होतें; परंतु याविषयीं आपण जर बारिक विचार केला तर आपणास असें दिसून येईल कीं, भाषणाला जोर अधिक असला तथापि विचार कांहीं टापटिपीनें येत नाहींत, त्याला एका मागून एक त्वरित विचार सुचतील परंतु ते विचार सयुक्तिक नसतात. विचार आणि लक्ष एकत्र करण्यास मोठे आयास पडतात. वास्तविक दृष्टीनें पाहिलें असतां क्रियोत्कर्ष कांहीं होत नाहीं परंतु तो झाल्यासारखा मात्र दिसतो. डाक्तर रीज यांनीं जे चमत्कारिक प्रयोग केले आहेत त्यावरून त्यांनीं असें सिद्ध करून दाखविलें आहे कीं, एक चहा पिण्याच्या चमचाभर मद्यार्कापेक्षां कमी मद्यार्क प्राशन केल्यापासून असा परिणाम होतो कीं, मनुष्य गोंधळून जातो आणि अव्यवस्थित होऊन जातो. जो मनुष्य फार मद्यपान करतो तेव्हां त्याच्यामध्यें जें कांहीं फेरफार होतात ते त्याच्या लक्षामध्यें येत नाहींत, परंतु सूक्ष्म रीतीनें जे शोध केले आहेत त्यावरून असें सिद्ध झालें आहे कीं, मद्यापासून आपला मेंदु खराब होतो. मज्जाप्रवाहाची गति मंद होते. आणि

तो प्रवाह मेंदूकडे फार धिम्मेपणानें जातो. डॉक्टर सर उइलियम गल असें सांगतात कीं, " सर्व मद्यें आणि मद्यांच्या वर्गांत येणारे सर्व पदार्थ हे मज्जेच्या त्वचेस बिघडून टाकतात; आणि आपल्या आरोग्याची राखरांगोळी करून टाकतात.

मांसव्यूह.

मद्यामध्यें शक्तिवर्धक गुण आहे अशी जी कित्येक लोकांची समजूत झाली आहे तीस वैद्यशास्त्राचा फारच थोडा आधार आहे. मद्यपानापासून रक्ताशयास आपली क्रिया जलद करावी लागते आणि रक्ताभिसरणाचा जोरही अधिक वाढतो. त्यामुळें स्नायूंना काम करण्यास अधिक स्फुरण व जोर येतो; परंतु तो क्षणिक असल्यामुळें मनुष्यास लवकरच थकवा येतो. आणि पुढें काम करण्यास हुशारी नसते. ही गोष्ट अनुभविक लोक पुष्कळ दिवसांपासून कबूल करीत आले आहेत. अशान्टीच्या लढाईमध्यें असें अनुभवास आलें कीं, थकवा घालविण्याच्या कामीं मद्य मुळींच गुणकारी नाहीं. नुक्तीच जी मिसर देशाची लढाई झाली त्या वेळीं फौजेंतील शिपाई लोकांनीं डाक्टरच्या शिफारशीशिवाय मद्यपान करूं नये असा ठराव केला होता. मोठमोठ्या लढाईमध्यें असा अनुभव आला आहे, आणि फौजेंतील डाक्टर लोकांनीं असा अभिप्राय प्रसिद्ध केला आहे कीं, फौजेंतील शिपाई लोकांनीं मद्य प्राशन केल्यावाचून त्यांना युद्धांतील महा

कष्ट सहन करितां येतात. युद्धामध्यें झालेल्या परिश्रमाचा परिहार करितां येतो. आणि लांबची व बहुश्रमाची कुच केल्यापासून त्यांचें आरोग्य रक्षण केलें जातें. आणि जेव्हां ते मद्यपान करितात तेव्हां पलटणीमध्यें रोगांच्या साथी येतात. सर अलेक्झांडर क्लार्क यांच्या ह्मणण्यास डाक्टर पार्क्सच्या प्रयोगानें विशेष पुष्टीकरण येतें. क्लार्क साहेबांचें असें मत आहे, कीं माझा असा अनुभव आहे, कीं मेहनतीची आणि श्रमाचीं कामें करण्यास मद्यापासून बिलकुल उत्तेजन मिळत नाहीं. परंतु मद्यानें मेहनतीचीं आणि श्रमाचीं कामें करण्यास व्यत्यय येतो. एतदर्थ मला असें ह्मणणें भाग पडतें कीं मनुष्यास कोणत्याही चांगल्या कामास मद्यापासून कधींही उत्तेजन मिळत नाहीं.

सार्वदेहिक पोषण.

आपण (मनुष्य प्राणी) जें दररोज अन्न भक्षण करितों त्याकडून आपलें अस्तित्व राहण्याकरितां अत्यावश्यक अशीं दोनच कार्यें घडून येतात. असें रसायनशास्त्रावलोकन केलें असतां कळून येणार आहे. त्यांपैकीं प्रथम कार्य हें आहे कीं आपल्या शरिरामध्यें प्राणिज उष्णतेचा पुरवठा झाला पाहिजे. कारण या प्राणिज उष्णतेपासून जीवनक्रिया चालत असते. द्वितीय कार्य असें आहे कीं आपल्या शरिरामध्यें जी त्वचा आहे तिचा शारीरिक परिश्रमाच्या योगानें ऱ्हास होऊन ती

निरुपयोगीं होऊन जाते; एतदर्थ जिची सुधारणा करून तीस आपलें कर्तव्यकर्म पूर्ववत् बजावण्यास समर्थ केलें पाहिजे. हीं दोन कार्यें सुरळीत व सुयंत्र चालण्याकरितां परमेश्वरानें निरनिराळें अन्न निर्माण केलें आहे. तें आपण भक्षण केलें पाहिजे. ज्या पदार्थांमध्यें नैट्रोजन् आहे अशा पदार्थांकडून शरिरामध्यें उष्णमान राखिलें जातें. अशा पदार्थांस इंग्लिश शास्त्रीय भाषेंत नान अझोटाईज्ड पदार्थ अशी संज्ञा आहे. आपल्या प्राणरक्षणसाधनांमध्यें निरंतर जी ऱ्हास होत असते तिची दुरुस्ती करण्याकरितां अझोटाईज्ड पदार्थ सेवन केल पाहिजेत. या पदार्थांमध्यें नैट्रोजन नेहमीं आढळतो. शरिरामध्यें प्राणिज उष्णता उत्पन्न करण्याकरितां नानअझोटाईज्ड पदार्थ ज्यामध्यें कारबन ह्मणजे कोळसा असतो तो आक्सीजन् ह्मणजे प्राणवायु आपल्या शरिरामध्यें श्वासोश्वास करितो त्याच्याबरोबर मिळून जातो तेणेंकरून अंतर्यामीं दाह उत्पन्न होतो. त्यापासून शरिरामध्यें नूतन प्राणिज उष्णता उत्पन्न होते.

आपल्या शरिरामध्यें श्रमाच्या योगानें नेहमीं जी झीज होत असते ती भरून आणण्याकरितां नैत्रोजन् ज्याचें आक्सीजन् अथवा अझोटाईज्ड अन्न आक्सिजनला जाळून भस्म करण्यास प्रतिबंध करिते. अशा रीतीनें त्यांचें संरक्षण केलें ह्मणजे त्वचेची सुधारणा होण्यास आणि आपल्या शरीरामध्यें प्रतिदिवशीं जी झीज होऊन जे तोटे होतात ते न होण्यस

उपयोग करावा लागतो, तो पदार्थ तसाच राखून ठेविला ह्मणजे तो आपल्या शरीरामध्यें मेदरूपानें राहतो ; असें करणें हें सृष्टीच्या नियमाच्या अगदीं विरुद्ध आहे.

मद्य हें अन्न आहे काय?

अन्नाचे दोन मोठे विभाग आहेत. एक नायट्रोजन्‌विशिष्ट आणि दुसरा नायट्रोजन्‌रहित. नायट्रोजन्‌विशिष्ट अन्न ह्मटलें ह्मणजे मांस, दूध, अंडीं इत्यादि आणि नायट्रोजन्‌रहित अन्न ह्मटलें ह्मणजे तवकिर, लोणी, साखर इत्यादि. मद्य हें दुसऱ्या वर्गापैकीं अन्न आहे. वर सांगितल्याप्रमाणें त्वचेची सुधारणा आणि शक्ति उत्पन्न व्हावी हा अन्नसेवनाचा मूळ हेतु आहे. आपण जें अन्न भक्षण करतों त्यापासून यांपैकीं एक किंवा दोन्ही कार्यें घडून आलीं पाहिजेत. नायट्रोजन्‌विशिष्ट पदार्थांपासून कोणतीं कार्यें घडून येतात तीं आपण पाहूं. नायट्रोजन्‌विशिष्ट पदार्थांची रचना फार बिकट आहे. आणि वर जें अन्न सेवन करण्याचे दोन उद्देश सांगितले आहेत ते सिद्धीस जातात. नायट्रोजनविरहित पदार्थांपासून कोणतीं कार्यें घडून येतात तीं आपण पाहूं. नायट्रोजनविरहित पदार्थांची रचना फार सुलभ आहे. त्यांपैकीं कित्येक उद्भिज्ज तेलासारख्या पदार्थांपासून दोन्ही हेतु तडीस जातात आणि दुसरे जे पदार्थ आहेत त्यांची रचना यापेक्षांही अधिक सुलभ आहे; ते फक्त शक्तिवर्धक

आहेत. आपण मद्यापासून कोणतीं कार्यें घडून येतात तीं पाहूं. दुसरे जे नायट्रोजनरहित पदार्थ आहेत त्यांच्याबरोबर जर मद्याची तुलना केली तर आपणास असें दिसून येईल कीं, मद्याची रचना इतकी साधी आहे कीं त्यापासून त्वचेची सुधारणा होत नाहीं. आणि आपल्या शरीरामध्यें जी श्रमाच्या योगानें झीज होते ती देखील भरून येत नाहीं. आतां यावर असा प्रश्न उत्पन्न होतो कीं, मद्य हें आपल्या शरीरामध्यें शक्तीचा पुरवठा करतें काय? मद्याची क्रिया दोन प्रकारची आहे. मद्यापासून आपल्या शरीरावर फेरफार होतात आणि शरीरामध्येंही फेरफार होतात. मद्यापासून आपल्या शरीरावर जे फेरफार होतात, तद्विषयीं वर उल्लेख केलाच आहे. आणि त्यावरून असें उघड दिसून येतें कीं, मद्यापासून शरीरावर जे फेरफार होतात ते प्राणनाशक आहेत. आतां आपण शरीरामध्यें जे फेरफार होतात तद्विषयीं विचार करूं. मद्यापासून त्वचेची सुधारणा होत नाहीं परंतु मद्यापासून शक्तिवर्धनास अंशतः तरी साहाय्य मिळतें यका? कितीही अनुकूल दृष्टीनें पाहिलें, तथापि मद्यापासून जी शक्ति येते ती इतकी अल्प असते कीं, ती मुळींच जमेस धरतां येत नाहीं. मद्यपानापासून आपल्या शरीरामध्यें जे तोटे होतात, त्याबरोबर मद्यपानापासून जे कांहीं नफे होतात त्यांची जर तुलना केली, तर ते नफे कांहींच नाहींत असें ग्रहण करावें लागतें. विचाराअंतीं मद्य हें अन्न आहे, असें ह्मणणें हें अगदीं असंभनीय व अज्ञपणाचें आहे असें कबूल

करावें लागतें. प्रोफेसर कारफिल्ड असें ह्मणतात कीं, मद्य हें अन्नवर्गांतील पदार्थ आहे, असें ह्मणतां येत नाहीं; कारण मद्यापासून त्वचेची सुधारणा होण्यास आणि प्राणिज उष्णता आणि मांसतंतूसंबंधी शक्ति उत्पन्न करण्यास कोणत्याही प्रकारें साहाय्य मिळत नाहीं. ह्यावरून असा निर्णय काढण्यास कोणत्याच प्रकारची हरकत दिसत नाहीं कीं, शास्त्रीय दृष्ट्या मद्य हें कांहीं अंशीं अन्न आहे; परंतु उपयुक्त व अवश्यक अन्न आहे असें कोणत्याही रीतीनें ह्मणतां येत नाहीं. जर मद्याची उपयुक्त व अवश्यक अन्नांमध्यें गणना करितां येत नाहीं तर त्यापासून, चहा किंवा काफीसारखा शरीरास कांहीं उपयोग होतो कीं काय? मद्यपानानें आपल्या शरीरावर ज्या क्रिया होतात त्या चहा अथवा काफी प्याल्यानें ज्या क्रिया होतात, त्यांपासून अगदीं भिन्न आहेत. मद्याचा पौष्टिक अन्नावर असा परिणाम होतो कीं, त्यामुळें मनुष्य उदास व खिन्न होतो. जर मद्य उपयुक्त व अवश्यक अन्न नाहीं अथवा त्यापासून जर चहा काफीसारखा देखील उपयोग होत नाहीं, तर तें विष आहे काय? वेबस्टर साहेबानें आपल्या कोशामध्यें पॉयझन ह्मणजे विष या शब्दाची अशी व्याख्या दिली आहे कीं, "कोणताही पदार्थ जो प्राण्यांच्या पोटामध्यें गेला असतां, त्याच्यापासून रोगयुक्त, अपकारक व प्राणघातक परिणाम होतो त्यांस विष ह्मणावें." ह्या व्याख्येवर जरी कितीएक लोकांनीं आक्षेप आणिले किंवा अपवाद आणिले, तथापि अफू व सोमल अशा पदार्थांमध्यें मद्याची गणना

करण्यास कोणीही हरकती आणणार नाहींत, ही अगदीं निर्विवाद गोष्ट आहे असें सर उइलीयम गलसाहेबांचेंही ह्मणणें आहे. यांत ही एक मोठी लक्षांमध्यें ठेवण्यासारखी गोष्ट आहे कीं, विषारी पदार्थांवर जितके ग्रंथ लिहिले आहेत त्या ग्रंथामध्यें मद्याचाही समावेश केला आहे. लहान मुलाला जर एक औंसांपेक्षां किंचित् कमी मद्यार्क दिला तर तें मूल लगलेंच मरेल. दुसरी अशीं शेंकडो उदाहरणें घडून आलीं आहेत कीं, बेसुमार दारू प्याल्यामुळें मनुष्यें मृत्युसदनास गेलीं आहेत. स्ट्रिकनीयासारखीं जालीम विषारी द्रव्यें देखील महा गुणकारी आहेत. औषधी विकणारांच्या दुकानीं मद्याची खरी जागा ह्मटली ह्मणजे विषारी औषधाच्या शेजारची आहे. मद्याचा औषधी उपयोग काय आहे हें सांगण्याची कांहींच जरूरी दिसत नाहीं; परंतु येथें सांगितलें असतां अप्रासंगिक होणार नाहीं. ज्वरामध्यें आणि मोठें दुखणें येऊन अशक्तता येते तेव्हां मद्याचा औषधासारखा उपयोग करितात. कित्येक दुर्घट प्रसंगीं शरीरांतील क्रियाशक्ति फार क्षीण झाली असते, तेव्हां मद्य फार उपयोगीं पडते. अत्यवस्थेमध्यें जेव्हां पोटांत अन्न जात नाहीं, तेव्हां मद्याचा उपयोग करितात. मद्याच्या संबंधानें येथें दोन गोष्टी सांगणें अवश्य आहे; त्यांपैकीं पहिली ही कीं मद्य हें औषधामध्यें अद्वितीय औ[illegible] आहे असें आजपर्यंत कोणींही सिद्ध केलें नाहीं, आणि दुसरी गो[illegible] कीं, सांप्रत

मोठे मोठे नामांकित डाक्टर लोक औषधामध्यें मद्याचा उपयोग फारच कमी करितात. आणि कित्येक डाक्टर लोक तर औषधामध्यें देखील मद्याचा उपयोग मुळींच करीत नाहीं.

मीं वर जें शास्त्रीय रीतीनें विवेचन केलें आहे, त्यावरून निःपक्षपात बुद्धीनें विचार करणाऱ्या लोकांची अशी पूर्ण खात्री होईल कीं, मद्यापानापासून आपल्या शरिरावर चांगला परिणाम होत नाहीं; एतदर्थ मद्यपान वर्ज करणें अत्यंत हितावह आहे.

सन १८३९ सालीं महाराणी सरकारच्या डाक्टरांनीं मद्यपाननिषेधा संबंधानें एक ठरावँ प्रसिद्ध केला आहे; आणि त्या ठरावावर त्या काळच्या नामांकित १०० डाक्टरांनींही आपल्या सम्मतिदर्शक सह्या दिल्या आहेत; तो ठराव येणेंप्रमाणें—

" दारूनें प्रकृति चांगली होती, व जे नेहमीं मेहनत करणारे त्यांस दारू अगत्य पाहिजे; अशी समजून पूर्वी लोक अडाणी व मूर्ख होते, त्या वेळापासून पडून गेली आहे, व बाळपणापासून ऐकत गेल्यावरून इंग्लिश लोकांची व बहुतेक लोकांची अशीच समजूत झाली आहे.

" शारीरशास्त्र, व प्रकृतिविषयक शास्त्र, व अनेक समयीं अनेक देशीं जें पाहण्यांत आलें आहे, त्या अवघ्यांचा चांगला शोध केला असतां वद्यशास्त्रांत जे निपुण त्यांची अशी खात्री होती, कीं दारूनें प्रकृति चांगली होते,

वगैरे वर लिहिल्याप्रमाणें जी समजूत पडली आहे ती अगदीं चुकून पडली आहे. जसें इतर जनावरांस तसेंच मनुष्यांची प्रकृती चांगली नीट असतां त्यांस दारू वगैरे उत्तेजक पदार्थ कांहींएक नको. आणि त्या तसल्या पदार्थांतून एकादा पदार्थ थोडका अथवा बहुत नेहेमीं खाल्ला किंवा प्याला असतां, त्यापासून कांहीं गुण होणार नाहीं. अथवा मनुष्याच्या अवघ्या आयुष्यांत जो उद्योग व्हावयाचा तो अधिक होणार नाहीं. दारू इत्यादि उत्तेजक पदार्थ कितीही अल्प मानानें सेविले तथापि त्यांच्या योगानें बहुधा उद्योग कमी होईल.

" दुखण्यामुळें अथवा दुसऱ्या कारणामुळें मनुष्याच्या शरीरीं कांहीं एक अशक्तपणा आला असला, तर इतर उत्तेजक औषधांसारिखें कित्येक मद्याचें सेवन कांहीं काळपर्यंत उचित आहे; परंतु मनुष्यास बरें होऊन त्याची प्रकृती पूर्ववत् चांगली नीट झाली, ह्मणजे मग त्या मद्यादिकांच्या नित्य सेवनापासून कांहीं एक हित होत नाहीं. ती फार परिमित मानानें सेविलीं तरी त्यापासून कांहीं गुण होत नाहीं. बहुतेक लोक फार मद्य सेवीत असतां असें समजतात कीं, आह्मी परिमित मानानें सेवितों; परंतु असें विशेष मानानें सेविलें असतां शरीराची नासाडी होते. दोन दिवस पुढें किंवा दोन दिवस मागें, परंतु शरिरास विकार झाल्यावांचून कदापि राहात नाहीं. "

समाप्त.